OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV

1962

POURQUOI ET COMMENT FAUT-IL SE LIER AU SOLEIL

Textes extraits de plusieurs conférences

"La lumière luit dans les ténèbres, mais les ténèbres ne l'ont pas reçue" (Saint-Jean 1,V. 5).

Lorsque tous les hommes travailleront avec la lumière, l'humanité se transformera et tout sur la terre sera changé. Actuellement, la majorité des êtres humains travaillent avec les ténèbres.

Dans notre Enseignement, nous nous levons très tôt, avant le lever du jour, spécialement au printemps, en été et au début de l'automne. Nous faisons un travail pour nous mettre en état de capter les rayons du soleil au moment où il paraît à l'horizon, car c'est à ce moment-là que les énergies sont les plus rapides, les plus subtiles, les plus calmantes pour le système nerveux, les plus lumineuses pour notre esprit, les plus vivantes pour notre santé. En regardant le soleil, nous faisons des exercices et nous prononçons des mots et des formules qui produisent des vibrations déterminées destinées à nous rendre réceptifs. C'est ainsi que nous réussissons à nous accorder à ses vibrations, si bien que nous nous sentons plongés dans son aura, nourris de sa lumière, dilatés d'émerveillement. Enveloppés de ses rayons, nous les sentons vivants, qui nous caressent et nous pénètrent en nous réchauffant, et dans le même temps ils éveillent notre mémoire millénaire. On se sent vivifié, purifié, dilaté, on a des ailes!

La chaleur du soleil que nous recevons sur la terre est une énergie déjà transformée. Elle est plus subtile quand elle jaillit du soleil avant de pénétrer l'atmosphère pour atteindre la terre. C'est la terre qui la transforme en chaleur, tout comme le soleil visible transforme les forces encore plus subtiles que lui envoie le soleil invisible. Que d'ondes traversent l'étendue! Chaque jour, continuellement, des messages viennent à nous de tous les astres du ciel, mais les appareils que possèdent les hommes ne peuvent encore les capter.

Voilà ce qu'a révélé la découverte de la T.S.F. Mais cette révélation n'a pas changé les hommes; ils restent plongés dans leur état ancien, ils continuent à vivre les mêmes sentiments et les mêmes pensées. Les découvertes scientifiques révèlent des vérités, mais à quoi servent-elles si nous ne comprenons pas ce qu'elles signifient et si nous ne modifions pas notre mentalité pour la rendre conforme aux réalités découvertes? Il fallait que parallèlement à la découverte des ondes de T.S.F. l'égoïsme disparût; il fallait que fût abandonnée la philosophie qui veut que chacun cache ses sentiments et que fussent anéanties les frontières entre les coeurs, entre les âmes. En bref, les doctrines et les


SHOUT
SHARE
IT

philosophies sur lesquelles l'ancienne vie était édifiée devaient être rejetées. Une nouvelle compréhension devait être adoptée. Chaque homme qui avait entrevu la réalité, l'unité des vibrations et leur signification devait en venir à modifier son être intérieur. S'il ne veut pas mettre sa vie en accord avec les grandes découvertes de la science, la possession des appareils même les plus perfectionnés et les plus puissants ne permettra que des progrès extérieurs dont résulteront des heurts avec les entités invisibles que nous rencontrons dans notre monde intérieur.

La lumière! Les savants ont si peu réfléchi sur ce sujet qu'ils ignorent encore que la lumière reçue du soleil n'est pas celle dont parlent les Écritures. Au-delà du soleil visible, il existe un soleil invisible, obscur. Il déverse ses forces sur l'autre, qui les transforme et les renvoie visibles. Cela se passe de la même façon dans le tube de Crooks. La lumière que nous voyons n'est pas celle qui fut au commencement, elle n'est pas non plus la Parole ou le Verbe dont parle le prologue de l'Évangile selon Saint-Jean. En bulgare, nous avons deux mots: vidélina, svetlina. Ce que le premier soleil, le soleil invisible a envoyé, c'était vidélina. Ce que le second soleil, le soleil visible renvoie après transformation, c'est svetlina, la lumière que vous voyez. Elle est une matérialisation de la première. Il y a une grande différence entre vidélina et svetlina. La lumière des Écritures, nous ne pouvons la voir. Vidélina, la lumière véritable, ne révèle les choses qu'en se heurtant à elles dans l'espace. Si rien ne se trouve sur son passage, elle reste invisible. Seul l'obstacle qu'elle rencontre peut le révéler.

La lumière dont parle Saint-Jean, c'est vidélina. Pour voir le monde invisible, pour comprendre la vie, pour se libérer des limitations, pour être heureux, il faut avoir en soi vidélina. Tout dépend de la quantité de vidélina que l'on porte dans son être. La lumière physique, dans ce domaine, ne mène pas très loin. Il est vrai qu'elle est utilisée pour de nombreuses et merveilleuses réalisations, mais elle peut aussi causer des dommages et des maladies, si on ne sait pas s'en servir raisonnablement. Car la lumière du soleil n'est pas la même le matin ou l'après-midi, et il faut le savoir. Beaucoup s'exposent au soleil l'après-midi, et c'est très mauvais. Le matin, les rayons du soleil améliorent la circulation, la respiration, la digestion, et même la pensée. Après midi, c'est tout le contraire. Pour profiter de la meilleure façon de la lumière, <u>il faut s'y exposer avant le lever du soleil, afin d'être baigné dans les rayons invisibles qui apportent la vie.</u>

Il existe une essence très subtile qui vient du soleil et qui est répandue partout dans l'atmosphère. Cette essence peut donner la santé, la force, la vie. C'est elle, l'élixir de la vie dont parlaient les grands sages de l'antiquité. Cet élixir se trouve partout, dans la terre, l'eau, l'air et le feu et nous le cherchons dans la chaleur et les rayons du soleil, car le problème, c'est de savoir comment le capter. L'Enseignement nous dit le secret; c'est de manger, de boire, de respirer, et d'absorber les rayons solaires <u>avec amour.</u> Il peut se remplir de cette essence divine en quelques années, celui qui contemple le soleil et absorbe avec amour sa chaleur et sa lumière, et en lui aussitôt cette essence travaille. Il sent que ses cellules se transforment, que ses fonctions s'améliorent et que toute sa santé

se raffermit. Il est rempli de nouveaux projets, d'une philosophie vivante, de beauté, de force, de résistance et d'élan. Tout cela, il le doit à l'élixir de vie qu'il a emmagasiné.

Les savants actuels bornent leur connaissance de l'astre solaire à ce qu'ils voient de lui. Ils ignorent le soleil vivant, peuplé des êtres les plus sages, les plus purs qui nous envoient inlassablement leur amour, leur sagesse, leur force et leur vie. En contemplant le soleil et en absorbant la chaleur et l'amour qui émanent d'eux, l'homme comprend des vérités qu'aucun livre n'expose, ni aucune philosophie. Il sent les choses, et il est bienheureux parce qu'il est auprès de la source de la vie. Vous croyez savoir ce que vous trouvez ici, ce que vous gagnez à venir au lever du soleil, mais en réalité vous ne mesurez pas encore la valeur de ce geste.

Il existe deux points de vue. Le premier prétend mensongèrement que le soleil tourne autour de la terre; c'est le point de vue inférieur. Le second fait tourner la terre autour du soleil; c'est le point de vue supérieur. Nous devons nous appliquer à changer de point de vue. En venant ici le matin, en regardant le soleil se lever et monter au-dessus de l'horizon, déjà vous modifiez, inconsciemment, votre point de vue. Vous déplacez en vous-même une chose importante, votre centre d'intérêt. Vous le mettez en un point d'où vous pourrez voir toutes choses d'une façon nouvelle. Tandis que vous contemplez le soleil en le considérant comme la source de tous les biens, en vous tout se transforme et un jour, plus tard, vous verrez la vérité telle qu'elle est.

Continuez l'expérience; vous en viendrez à voir que la lumière est un esprit vivant, un grand Maître qui chaque jour vous instruit, un protecteur puissant. Jamais vous n'avez considéré la lumière comme un esprit. On pense que le soleil et les rayons qu'il nous envoie sont de nature purement physique. C'est à cause de ce raisonnement que la lumière ne peut pas nous donner toutes ses bénédictions. Dans l'initiation, la première règle demande que l'on considère la lumière comme étant au-dessus de tout autre chose. Les Initiés y déchiffrent la science de la vie et des forces qui y sont encloses. Ces forces sont au nombre de trois:

1) La lumière nous vivifie

2) La lumière éclaire, elle permet de voir

3) La lumière renforce la volonté

Une supposition: vous vous trouvez dans une cave sombre ou un labyrinthe obscur. Vous ne voyez rien. Il se passe trois choses en vous. D'abord, vous n'êtes pas libre de bouger, d'agir. Immobile, vous attendez, par peur de dangers invisibles. Donc votre volonté est contractée, paralysée, limitée. Secondement, la vie est diminuée en vous, parce que vous ne pouvez être ni joyeux, ni content. Enfin, ne voyant rien, vous ne savez rien non plus. Savoir, c'est voir, ou l'inverse. Vous ne savez pas ce qui est autour de vous, ni ce qu'il

adviendra de vous. Cette incertitude vous rend malheureux et inquiet. Voici que quelqu'un apporte une lampe! Aussitôt vous pouvez agir, vous savez où marcher, la vie entre en vous, votre volonté et votre savoir existent de nouveau. C'est exactement cela que produit la lumière du soleil; elle apporte aux Initiés et aux disciples une vie splendide, elle donne de la puissance à leur volonté et de la sagesse à leur intelligence.

Alors, vous vous demandez pourquoi les hommes, éclairés et chauffés par le soleil depuis leur naissance, ne deviennent ni sages, ni puissants, ni plus vivants. Eh bien! c'est parce qu'ils ne considèrent pas la lumière comme ils le devraient. Si l'humanité change un jour sa façon de considérer la lumière et le soleil, elle changera rapidement; les hommes deviendront plus sages, plus puissants et plus heureux. Nous attachons donc une grande importance à cette habitude d'aller le matin, à l'aube, à la rencontre du soleil pour assister à son lever. Ainsi faisons-nous dans la Fraternité. En regardant le soleil, nous nous efforçons d'entrer en liaison avec son incommensurable force de vie et nous sentons que le soleil nous éclaire intérieurement et qu'il nous ressuscite. Après une telle contemplation consciente, nous sommes heureux et dilatés toute la journée, il nous vient des idées, des révélations, des réponses nouvelles. Oui, la lumière nous apporte la vie et aussi le savoir.

Le soleil est la source unique, inépuisable d'où coule toute énergie, d'où proviennent tous les biens et toutes les connaissances. Le soleil est le symbole le plus parfait de Dieu, du Créateur. Il nous donne tout, il nous habille et nous nourrit, puisqu'il fait croître les plantes et prépare les fruits. Il est la banque universelle où toute créature, petite ou grande, puise la totalité de ses ressources. Lorsque le soleil se lève, les hommes s'éveillent et fonctionnaires, commerçants, ouvriers, écoliers, tous vont à leur travail. Les insectes, les oiseaux, tous les animaux recommencent à s'agiter, à chanter, à se nourrir. C'est le soleil qui fait cela! Mais cette loi, pas plus qu'une autre, d'ailleurs, nous ne devrions pas nous limiter à la considérer sous son seul aspect physique.

Dans la nature, tout est polarisé. La terre et le soleil, par exemple, sont deux pôles entre lesquels il existe une circulation. C'est grâce aux énergies qui émanent du soleil et viennent à nous sous forme de lumière, de chaleur et de divers éléments que la graine mise en terre commence à gonfler et germe pour se transformer peu à peu en plante, en arbuste, en arbre portant des fruits. La terre est la cathode et le soleil est l'anode. La solution où sont plongés les deux électrodes que sont la terre et le soleil (ainsi que tous les autres astres), c'est l'éther, dans lequel un nombre incalculable d'éléments sont présents. Le soleil est une lame d'or qui envoie de ses particules sur toutes les choses de la terre. En galvanoplastie, le phénomène attendu ne réussit que si le moule, l'image qui doit recevoir les particules de métal est parfaitement propre, sans oxydation. Toute matière grasse ou autre empêche qu'on obtienne un résultat. Et lorsque l'anode est le soleil, le métal est l'or. Comment recevoir les particules d'or qu'il nous envoie?

Il faut un coeur pur. Et pour purifier son coeur il existe deux méthodes que l'on peut trouver dans la nature. L'eau représente le sang de la terre. Les rivières et les fleuves sont

les artères et les veines. Des coeurs d'eau charrient des eaux pures comme le sang des artères, d'autres des eaux impures comme le sang des veines. Alors observons l'eau et les deux processus par lesquels elle retrouve la pureté.

L'eau tombe en pluie sur la terre ou en neige sur les montagnes; elle s'infiltre dans le sol, traverse diverses couches et après un long trajet elle ressort toute propre loin de son point de chute. Ou bien, accumulée dans les lacs et les mers, elle est chauffée par les rayons du soleil et s'évapore dans l'atmosphère; là, elle se purifie avant de retomber sur le sol, complètement débarrassée de ses impuretés. Pour l'homme aussi, ces deux procédés de purification existent. Si l'on refuse l'un, on devra subir l'autre. Si on refuse de monter dans l'espace en s'exposant à l'action de la lumière, alors on devra descendre dans l'obscurité et subir la pression de la souffrance.

L'Enseignement veut nous conduire vers les hauteurs. Il nous convie à nous purifier par la lumière en élevant nos pensées vers le soleil et vers le Créateur dont il est le merveilleux et le vivant symbole. Voir le lever du soleil est d'une importance capitale. Mais tout dépend, évidemment, de la façon dont on le regarde et dont on le considère. D'abord il importe de connaître la valeur de l'aurore pour notre vie psychique. Ensuite il faut persévérer, car on n'obtient pas tout de suite de grands résultats. Notre conscience ne sait pas s'élever jusqu'à la superconscience, elle s'arrête à la soi-conscience, et nous devons l'entraîner à cette ascension. Au bout d'un certain temps, vos exercices produiront des effets et vous sentirez que vous n'êtes plus tout à fait comme les autres. Vous vous sentirez éclairés et libres. Les souffrances ne seront pas supprimées ni même écartées de votre chemin, mais elles changeront de caractère; elles deviendront plus subtiles, plus acceptables, plus agréables, parce qu'elles seront porteuses de révélations et qu'elles feront évoluer votre conscience.

Ce qui compte au-dessus de tout, c'est le point de vue auquel nous nous plaçons. Il faut adopter le point de vue qui nous permettra de nous affranchir et d'être puissant. Car, il y a le point de vue purement égocentrique, celui de l'estomac, qui vous maintient sous les nuages et sous la dépendance des conditions extérieures. Et il y a le point de vue héliocentrique, qui fait que vous vous placez sur le soleil.

Le point de vue du soleil, de la source unique, vous permettra de vous libérer, de devenir calme, serein et joyeux. Pour l'acquérir, il faut faire des exercices. Les hommes ne savent encore que boire et manger, et encore le font-ils mal, et ils ne savent ni respirer bien ni absorber bien les rayons du soleil. Pourtant le meilleur moyen de se purifier, de se laver, c'est d'absorber les rayons ultraviolets avant le lever du soleil. Ces rayons agissent fortement sur le système nerveux.

Un second exercice: devenir parmi les hommes un petit soleil, leur envoyer une nouvelle vie qui les anime afin qu'ils échappent à la philosophie mortifiante qui prétend tout inanimé, sans signification, sans but et qui fait de la vie une chose sans valeur, cette

philosophie actuelle qui ne voit dans le monde ni justice, ni sagesse, ni amour.

Soyons les imitateurs du soleil!

Pourquoi faire cet exercice de s'imaginer être sur le soleil au cours de nos prières et de nos méditations? En réalité nous sommes déjà sur le soleil. Oui, notre Moi supérieur, l'étincelle que Dieu a mise en nous se trouve déjà sur le soleil. La prière et la méditation nous permettent d'harmoniser les vibrations de notre moi terrestre avec celles de notre Moi supérieur, et alors nous vibrons comme lui, des rayons de lumière nous traversent, et les connaissances qui sont le fait du Moi supérieur se reflètent dans le cerveau de notre corps physique. L'illumination et l'extase proviennent de ce Moi supérieur.

Se retrouver soi-même dans le Moi supérieur, c'est réaliser le cercle que représente le serpent se mordant la queue; la tête et la queue se joignent. Parce que le côté inférieur de notre être se met à vibrer comme notre être supérieur et parfait, nous commençons à appliquer la volonté de Dieu et tout ce qui se trouve dans la tête se reflète dans la queue, c'est-à-dire dans la personnalité. Alors, on nage dans la joie. Pourquoi les hommes vivent-ils dans les souffrances? Parce que la queue est extrêmement éloignée de la tête et n'a pas de correspondance avec elle. Le corps fait une chose pendant que la tête en pense une autre. Dans ces conditions il est impossible à l'homme de connaître tous les trésors que Dieu a déposés en lui, c'est un héritage dont il ne dispose pas. Il est encore trop jeune. Un père ne donne pas son héritage à ses enfants tant qu'ils ne sont pas adultes.

Faisons tout pour vibrer en harmonie avec notre Moi supérieur, c'est-à-dire avec nous-mêmes. Par la prière et la méditation établissons un lien entre nos deux "moi". En les pratiquant nous sentirons une compréhension nouvelle se manifester dans notre tête. Nous aurons touché un peu de l'héritage que Dieu a placé pour nous dans le soleil, un peu de la sagesse et de la puissance de Dieu et un peu de sa ressemblance. Qui ne veut pas s'accorder avec l'étincelle divine reçue de Dieu ne peut ni se transformer ni connaître l'illumination. En faisant des exercices avec le soleil, vous augmentez en vous la conscience du Moi supérieur.

Imaginez que votre Moi supérieur, qui se trouve sur le soleil, vous regarde et ironise un peu sur votre petitesse physique en face de lui, ici sur la terre. Soyez là-haut avec lui. Vous aurez des révélations insoupçonnées, car vous êtes fils de Dieu et vous portez en vous toutes les possibilités, tous les dons. Ils ne se trouvent pas sur la terre; aussi ne peuvent-ils se manifester et vous apporter le calme, la béatitude, la paix et le savoir, sauf à travers votre Moi supérieur. Celui-ci vous les donnera, un ou deux jours, puis les reprendra, parce que ce sont des biens qui s'évaporent comme un parfum s'échappe d'un mauvais flacon. Notre flacon ne suffit pas à garder les parfums; nous n'avons pas su le préparer ni le boucher comme il faut. Rappelez-vous: vous avez eu des extases, elles n'ont pas duré; malgré vous, tout s'est envolé. Le Moi supérieur ne peut vivre longtemps en nous. Il se manifeste donc de temps à autre et il attend que nous ayons élaboré des flacons bien

bouchés capables de conserver, entre deux de ses visites, les trésors qu'il nous destine.

Comment faut-il pratiquer les exercices qui nous lient au soleil? Parlons, en premier, du "lever de soleil", auquel nous venons assister. Avant de le contempler, nous devons nous rendre réceptifs, ouvrir toutes grandes nos fenêtres afin qu'entrent en nous l'air, les ondes et les rayons les plus subtils du matin. Laissez de côté tous vos soucis; oubliez enfants, mari ou femme, afin de vous concentrer totalement sur le roi du monde qui va vous apporter ses bénédictions dans tous les domaines. Ce roi, nous ne savons pas l'apprécier. Les pierres reçoivent de lui les énergies qui les font évoluer, et c'est lui qui donne tout aux plantes, aux animaux, aux hommes, aux anges et aux archanges. Tous, à part l'homme, savent recueillir cette bénédiction qui leur vient d'en haut, du soleil. A l'aube, les plantes, les animaux, toutes les créatures et toute la création sont frémissants, activement présents, attentifs; seul l'homme pense à n'importe quoi, à des quantités de choses qui n'ont aucun lien avec le divin, avec l'amour. L'homme a une carapace épaisse, et il ne cherche ni à voir ni à sentir. Il faut briser cette carapace. Pour venir assister à ce moment sacré du lever du soleil, on doit se préparer, oublier les pensées ordinaires, s'apaiser, éloigner de soi tout ce qui n'est pas divin, afin de pouvoir se concentrer et méditer librement. Ensuite, on reprendra le fardeau de la journée, et les soucis si on y tient. Continuez à porter ce poids durant des siècles si cela vous plaît, mais pour le lever du soleil, déposez-le.

Par la pensée, liez-vous au soleil avec amour, et parlez-lui: "Combien tu es agréable et bienfaisant! Combien je t'aime! O mon soleil, lève-toi comme amour dans mon âme, comme sagesse dans mon intelligence, comme puissance et liberté dans mon esprit, comme bonté dans toutes mes actions et comme santé dans mon corps physique". Il se produira alors en vous une chose magique. A l'apparition du soleil naissant, quand vous verrez son premier rayon, vous tressaillirez de joie. De cette joie, tout dépend: inspirations et illuminations de la journée. Du premier rayon, tout dépend. A l'instant où il nous touche, nous devons rester lié au soleil et sentir notre Moi supérieur comme étant une parcelle du soleil une de ses flammes. Saisissez-vous de ce secret: il faut s'unir à la force cosmique qui vient du soleil. Nous pouvons y puiser librement, car le moi supérieur est une parcelle du soleil, il l'habite et par lui nous vivons dans le soleil, nous baignons dans sa lumière.

Faisons ce travail de toute notre conscience. Tâchons de sentir que nous sommes sur l'astre qui se lève, que nous regardons vers la terre notre corps venu à notre rencontre, à la rencontre du Moi supérieur. Nous créerons ainsi un cercle magique entre notre personne sur la terre et notre individualité sur le soleil. Nous en recevrons des forces merveilleuses. Mais si vous vous contentez de regarder l'aurore comme l'homme ordinaire, vous ne gagnerez pas grand-chose. Il faut savoir puiser les énergies les plus subtiles issues du soleil, et cela se réalise par cette identification de la conscience avec le Moi supérieur situé sur le soleil. C'est ce que disent tous les grands Maîtres.

Lié au soleil, on se sentira citoyen du ciel. Selon les moments on se sent plus ou moins étroitement lié à son Moi supérieur. Quand cette liaison est puissante, on sent tout à coup

ce que l'on n'avait jamais senti jusque-là, on comprend ce que l'on n'avait jamais compris et on accomplit ce que l'on n'avait jamais accompli. Car notre Moi supérieur sait tout, et quand il y a contact entre nous et Lui, Il peut, par l'intermédiaire de la conscience, nous révéler beaucoup de choses et même nous permettre de prévoir des événements à venir. Il nous dit: tel homme va faire ceci ou cela, telle âme va renaître, tel événement se préparer, etc.Le Moi supérieur peut aussi, Lui seul, transformer, modifier, rapprocher ou éloigner les choses et c'est à Lui que nous devons avoir recours pour agir sur les événements et sur les objets.

Pour bénéficier du lever de soleil, trouvez-vous dehors face à l'Orient avant l'heure où il doit paraître, et contemplez-le juste au moment où il apparaît, pas plus tard. Alors pensez que vous êtes en lui et que de là vous regardez votre corps resté sur terre. De cette façon se crée un lien, un cercle magique entre votre personnalité et votre individualité, laquelle se trouve sur le soleil, d'après les grands Maîtres, et se manifeste ici à travers la personnalité. A mesure que croît cette harmonie entre nous et notre individualité, qui est reine et fille de Dieu, toutes les puissances du Moi supérieur nous sont communiquées. Les inspirations des poètes et des prophètes sont le résultat d'un accord entre leur moi ordinaire et leur Moi supérieur. Cet accord grandit et s'approfondit, et ils connaissent toujours plus de révélations, inspirations, bien-être et légèreté intérieurs.

Établir chaque jour ce lien en imaginant être sur le soleil, dans sa lumière et regarder d'un oeil narquois et subtil ce petit moi resté en bas, c'est le moyen le plus réel et le plus efficace de s'approcher de son Moi supérieur. Moins on pense au Moi supérieur, plus on s'éloigne de Lui. Le travail de concentration, de recueillement auquel je vous invite consiste en fait à vous chercher et à vous retrouver. La vérité est que nous ne nous connaissons pas nous-mêmes. Celui qui se connaît soi-même sent, sait et peut tout. Vous ne vous en rendez pas compte encore parce que le lien entre votre moi ordinaire et voir Moi supérieur est instable ou même inexistant. Le Moi supérieur vit sur le soleil. Il voyage; Il nous visite de temps en temps. Votre fidélité aux lois et aux prescriptions Lui permet de se manifester toujours mieux à travers votre personnalité.

Pour vous aider, je vais vous donner deux formules qui vous paraîtront d'abord quelque peu bizarres: plus on diminue sa personnalité, plus on devient un personnage; plus on manifeste sa personnalité, plus on s'efface en tant que personnage. Il faut sacrifier sa personnalité pour devenir vraiment quelqu'un. C'est ce qu'ont fait les Maîtres.

Donc, bien préparé, on vient au lever du soleil et lorsque l'aurore s'épanouit, on commence à prier, méditer, chanter, et glorifier Dieu. Ensuite, on fait des exercices respiratoires et des exercices de gymnastique, et pour finir....on mange des tartines. Après un tel début, la journée est parfaite. On se sent dispos, renforcé, intérieurement comblé et on peut faire des cadeaux aux autres. La vie devient magnifique. On vit comme un prince ou un roi, et on pourra emporter avec soi des trésors quand on se rendra dans l'autre monde. C'est pourquoi je vous prie d'attacher une grande attention à nos pratiques: venez au lever du

soleil, établissez le lien entre vous et le soleil, pénétrez en lui, et aspirez à devenir comme lui, clair, lumineux, chaleureux et vivant pour toute la journée. Si chaque jour le disciple cultive ces idées dans sa tête, aucune force dans la vie ne pourra le retenir captif. Au contraire, une force le soulèvera, l'élèvera et modifiera les conditions de son existence. La nature aime ceux qui l'apprécient et elle ne les laisse pas dans l'obscurité ou l'esclavage. Pour les disciples qui adoptent nos idées, la destinée changera; ils auront des amis, des richesses, des inspirations s'ils savent respecter et sanctifier ce que la Mère Nature ne cesse de nous donner chaque jour. Les autres, qui passent devant la beauté sans la voir ni la comprendre assisteront vainement au lever du jour; ils resteront tels qu'ils sont. Travaillez avec application; puisez tous les matins à la source inépuisable du soleil.

Les Initiés disent que le soleil est un être magnifique qui peut venir nous visiter, nous parler, éclairer notre compréhension, déjeuner avec nous. Bien sûr, il ne faut pas le prendre dans un sens physique, le soleil enverra un représentant; cela se réalisera d'après notre foi. Vers celui qui craint déjà n'avoir pas de réponse, il ne vient pas, mais si vous croyez fermement qu'il répondra, qu'il vous prendra sous sa protection, il viendra, il se tiendra auprès de vous et vous donnera sa lumière. Dans toutes les circonstances de la vie vous pouvez appelez le soleil: si vous devez traverser des lieux peu sûrs, si vous voulez chasser les voleurs extérieurs ou intérieurs, si vous voulez écarter les querelles ou apaiser des mésententes, si vous désirez guérir d'une maladie. Sans cesse, appelez le soleil.

Oui, mais comment le faire? Au-dedans de nous le soleil a un représentant, homologue du soleil physique qui est au-dehors. Nous avons en nous un soleil minuscule qui peut grandir ou diminuer; c'est notre Moi supérieur. Il est semblable à une étincelle, à un point lumineux qui peut s'embraser, tout incendier, mettre le feu au monde entier. Notre Moi supérieur est une parcelle du soleil. Il nous aide à nous lier au soleil extérieur par lequel nous pouvons développer ce soleil intérieur. Le soleil intérieur nous fait voir et comprendre le soleil extérieur, et réciproquement. Ils s'aident mutuellement. Le Moi supérieur possède les qualités du soleil. Il est intelligent, il est parfaitement pur, il n'y a en lui aucun élément étranger, aucun mélange. Le soleil intérieur est blanc, il est lumineux. Il n'est pas une question à laquelle il ne puisse répondre, car il n'y a pas trace d'obscurité en lui. Le soleil n'est pas figé, il vibre, il vit. La vie coule en lui et jaillit de lui. De même la vie coule dans le Moi supérieur qui ne connaît ni la mort, ni le néant, ni l'absence de mouvement. Le soleil est une trinité de vertus. Sa lumière est la sagesse; son rayonnement qui devient chaleur, c'est l'amour; sa blancheur est la vérité. Se concentrer sur le soleil, c'est se concentrer sur ces trois vertus. Quand on pratique cette discipline, tout le reste devient secondaire.

Si on sait utiliser les piqûres du soleil, il a un pouvoir guérisseur. Si l'on a une plaie, de la scrofule, des rhumatismes, de l'hypocondrie, il faut s'exposer au soleil consciemment en lui parlant, et le soleil mettra un baume sur les plaies, puis un pansement, c'est-à-dire la croûte sous laquelle le mal guérit. Le soleil fera même une opération nécessaire. Il est le grand médecin universel; il soigne et guérit tout.

Mais il peut aussi être dangereux, et il faut savoir s'exposer à ses rayons. On peut s'exposer tout nu, mais en protégeant toujours sa tête. Et il vaut encore mieux porter un vêtement très léger ou un vêtement de feuilles sous lequel on transpirera; on s'essuiera ensuite. Il faut choisir, pour prendre un tel bain de soleil, un endroit qui soit à l'abri du froid, du vent, des courants d'air. D'autre part, les heures favorables sont celles du matin avant onze heures.

On doit penser très souvent au soleil, à ses couleurs, à son lever. Imaginez l'astre surgissant à l'horizon, rouge, puis orange, dans une grande splendeur. C'est un exercice important qui peut remplacer le lever du soleil physique pour ceux qui ne peuvent y assister, s'ils savent se concentrer avec assez de puissance. Tout est dans la concentration.

Nous voulons augmenter la lumière vivante en nous, c'est pourquoi nous nous levons le matin avant le soleil pour être présents au rendez-vous avec lui. Nous faisons des exercices respiratoires, des mouvements harmonieux de gymnastique, des prières. Ainsi nous captons dans l'air cet élément présent partout dans le monde. Seuls les disciples savent l'absorber consciemment.

Par la pensée, vous pouvez soulever le soleil, il vous soulèvera à son tour et vous deviendrez légers comme des ballons, car votre désir se reflétera en lui. Pour cela, regardez le bas du disque solaire, car pour soulever un objet, on choisit toujours le point d'appui au-dessous de lui. Vous fixez donc le bas du disque, vous faites des efforts intérieurs pour le soulever, et vous le verrez monter, vite, vite. C'est une illusion, évidemment, mais quelle joie, quelle dilatation vous ressentirez, et quelle inspiration ineffable! Le soleil s'arrêtera. Regardez de nouveau le bas, il montera. Si vous êtes trop tendu, arrêtez l'exercice un instant, fermez les yeux et détendez-vous. Vous vous sentirez ensuite extrêmement bien, reposé, dispos. Cette petite chose, cette illusion s'est reflétée sur vous. En voyant le soleil monter très vite, il s'est produit au fond de vous un éclaircissement merveilleux. C'est un exercice excellent pour les disciples qui veulent monter. Le bas du disque, c'est le point de vue le plus bas. En le soulevant, on s'élève vers un point de vue supérieur.

Vous regardez le soleil monter, vous vous sentez heureux et illuminés, et soudain il s'arrête....Qu'est-ce à dire? Les esprits supérieurs peuvent s'arrêter pour nous saluer. Cela dépend de nous. Si nous augmentons nos vibrations jusqu'à les accorder aux leurs, ils s'arrêteront, ils nous diront bonjour. Pour que cela se réalise, il faut y croire, comme les enfants croient au Père Noël. Ils l'attendent, certains qu'il viendra leur apporter des cadeaux, et au matin ils trouvent des présents. Les parents ont fait office de Père Noël, les enfants ont ce qu'ils ont désiré. Nous sommes des enfants. Nous croyons que le soleil viendra si nous l'invitons, et il viendra effectivement, il nous parlera et nous laissera ses présents. Nous croyons qu'il nous accompagnera tout au long de la journée et qu'il nous illuminera, et cela est possible si nous croyons comme les enfants, de tout notre coeur et

de toute notre âme. Bien sûr, le soleil ne vient pas lui-même, mais il déléguera auprès de nous des esprits, des serviteurs qui le représenteront. Inviter le soleil à déjeuner? Oui, on peut le faire, si on y croit; on prépare alors tout pour le recevoir, et le matin, quand il se lèvera, beau comme le roi du monde, et qu'il viendra à vous, resplendissant de lumière, vous le sentirez sous forme de joie, de dilatation, de légèreté, de reconnaissance.

Attendre le soleil, imaginer le soleil, on peut le faire tout le jour, partout. Vous marchez seul, la nuit, dans la rue, et vous avez peur; appelez le soleil, il fera route avec vous. Mais ne le mettez pas à côté de vous, ni en avant ni en arrière, placez-le sur votre tête. Les esprits qui poussent les malfaiteurs autour de vous s'enfuiront en voyant le soleil. Les criminels ne verront rien, eux, mais les esprits. Hier encore, une soeur en a fait l'expérience. Poursuivie par un homme, elle a dit simplement: "Soyez raisonnable", et l'esprit qui poussait le malfaiteur ayant pris peur, ce dernier s'est enfui.

Notre façon de penser seule fait que Dieu est très loin de nous. Le soleil est à une grande distance, cependant nous pouvons l'appeler. En Bulgarie, pour dire que les prières adressées à Dieu et les démarches faites auprès du roi ne servent à rien, pour décourager quelqu'un on dit: "Dieu est très haut et le roi est très loin". Pourtant Dieu n'est pas loin de nous. Un petit Bulgare avait écrit une lettre à Dieu. Voici ce qu'il disait: "O Seigneur mon Dieu, si tu savais dans quelles conditions je vis. Mon père est mort et ma mère est pauvre. Nous n'avons pas de quoi manger. Envoie-moi quelque chose, je voudrais tant pouvoir étudier!" Il adressa son enveloppe à Dieu et la mit à la poste. L'employé des postes qui trouva cette lettre en opérant le tri la porta à son directeur qui la fit lire à tous les facteurs. Ils furent si émus qu'ils se chargèrent entre tous de mettre l'enfant à l'école pour qu'il puisse parfaire son instruction et parfaire ses études. Imitons cet enfant. Longtemps il crut que Dieu lui-même avait exaucé sa demande. Envoyez vous aussi, une lettre, elle arrivera à destination, et tôt ou tard vous aurez ce que vous souhaitiez. Christ disait: "Il vous sera fait selon votre foi". Pourquoi ne pas vérifier?

Il est toujours possible de penser au soleil, même en marchant dans la rue. Nous n'avons pas à Paris les levers du soleil que l'on peut admirer au bord de la mer ou à la montagne. Qu'importe? Ceux auxquels nous assistons ici nous apportent de merveilleuses joies et de grandes clartés. Ne manquez pas de venir les contempler. Mais vous pouvez toujours faire cet exercice: restez calme, concentrez-vous quelques minutes et formez dans votre pensée l'image du soleil. Vous pouvez le voir où il est réellement, ou bien ailleurs, à votre choix, Situez-le au-dehors de vous ou au-dedans, selon la raison qui vous pousse à faire ce travail. L'important, c'est que vous allumez une lampe. Lorsque plusieurs sont réunis, ils peuvent former l'image du soleil au centre du groupe ou au centre de la famille. Le soleil sera comme une lampe éclairant la maison. Installez l'éclairage partout, dans la famille, le village, la ville, la nation, l'humanité. Chacun peut installer ainsi un soleil pour un grand nombre de personnes.

Et d'abord chacun peut le faire pour son peuple intérieur, sa propre humanité. L'écrivain,

le prêtre, le gouvernant peuvent le faire pour leur groupe, pour une société, pour une nation. Un Initié peut le faire pour tout un continent. Un Maître pour une race. L'homme ordinaire, quant à lui, peut éclairer son être intérieur.

Dans aucune circonstance il ne faut oublier que le soleil est un banquier, un magasinier qui distribue le vivre et le vêtement. Il faut rester avec lui, être un bon conducteur de son énergie, et pour y parvenir, il faut étudier dans son école. Si nous allons auprès de cette source qu'est le soleil, les problèmes trouveront leur solution.

Que d'exercices on peut faire avec le soleil! Rayonner dans la chambre un soleil lumineux et palpitant qui rayonne ses rayons tout autour de lui. Sentir en soi le soleil rayonnant et puissant. Imaginer que toutes nos cellules sont éclairées, baignées dans la lumière et que toute obscurité s'évanouit en nous. Nous pouvons faire ainsi que notre cerveau devienne capable de vaincre toutes les difficultés.

Lorsque vous vous rendez chez quelqu'un, au lieu de lui envoyer de mauvaises pensées, imaginez que le soleil vous accompagne, invitez-le à entrer le premier, à s'approcher de celui que vous venez voir; vous serez accueilli à coeur ouvert. Vous avez envoyé devant vous la lumière et l'amour; donc vous êtes bien reçu.

On croit les cellules stupides, sans intelligence, et on les traite comme des choses inertes, mécaniques, imbéciles, ignorantes. Du point de vue spirituel, c'est totalement faux. Plus tard les savants étudieront les cellules autrement, ils découvriront leur hiérarchie, ils verront qu'elles étudient, qu'elles apprennent, parce que chacune n'est qu'un corps au service d'une petite âme. Lorsqu'elles accomplissent bien leur travail, l'âme évolue, et, quittant sa résidence minuscule, elle entre dans une autre cellule appartenant à un organe dont les fonctions sont plus spirituelles, plus élevées. Quant aux cellules paresseuses ou indociles, elles descendent dans les organes du ventre, dans les intestins. Celles qui s'éveillent et progressent parcourent tout le corps pour monter jusqu'au cerveau. Vous pensez qu'elles ont ainsi atteint le sommet. Non, elles iront ensuite dans le coeur. Car le cerveau n'est pas aussi évolué que vous le croyez; il cultive sans cesse des pensées égoïstes, matérielles, terrestres. Celles du coeur, en revanche, ne savent pas, mais elles travaillent sans interruption pour tout l'organisme. Elles sont donc supérieures à toutes les autres cellules du corps.

Le même processus se trouve dans le monde astral. Les cellules voyagent, passent par tous les degrés de la hiérarchie cosmique, parcourent toutes les planètes, pour entrer enfin dans le coeur universel, le soleil, où elles achèveront leur évolution en apprenant le sacrifice et l'amour divin. Le soleil est le coeur qui brille et se sacrifie éternellement. C'est de cette même façon que les choses se passent en nous, à une échelle réduite. La science des cellules, c'est important.

On ne doit pas attendre que les nuages intérieurs se dissipent. Il faut monter, traverser les

nuées, chercher plus haut qu'elles la lumière qui ne manque jamais. N'attendez pas que la terre s'épuise, que les conditions se modifient d'elles-mêmes autour de vous, mais hâtez-vous de vous concentrer et de trouver en vous le soleil spirituel. Accrochez-vous à lui et extrayez de lui tout ce dont vous avez besoin. Mettez tout votre espoir dans le soleil divin: Dieu.

Le soleil envoie partout dans la nature des forces considérables. Tous les objets, toutes les créatures absorbent cette force solaire qui en sanscrit se nomme "prâna". Quand on vient au lever du soleil, on absorbe ce prâna qui coule du soleil en plus grande abondance. Les meilleurs moments pour en bénéficier précèdent l'apparition du soleil. On recueille alors l'élément le plus subtil, car plus tard dans la journée le prâna devient de plus en plus physique. Respirez donc le soleil quand il se lève; il est si doux et si tendre qu'on voudrait le consommer, l'avaler, le boire, le respirer.

Le facteur des postes vous apporte des lettres. Est-ce lui qui les a écrites? Sans cesse nous recevons des envois du soleil qui nous sont apportés par toutes les choses de la terre et nous ne nous occupons que du facteur, nous voudrions le garder là tout près de nous, à notre disposition. On oublie de remercier le soleil, le Créateur. Nous devons constamment remercier le soleil, remercier Dieu de toutes les bénédictions que nous Lui devons. Nous devons rendre grâce à celui qui les envoie. Les hommes oublient le soleil, le conducteur de ce paquebot terre où ils sont embarqués. Dans la philosophie que vous propose notre Enseignement, le plus important est d'admirer le soleil, symbole et représentant de Dieu. Les catholiques prient devant des statues de saints pour se lier à ces saints à travers elles. le soleil n'est pas fait de bois ou de pierre comme ces statues, il leur est supérieur puisqu'il est vivant. Le soleil est comme une statue vivante. Plutôt que de prier des objets de bois ou de pierre, ne pouvons-nous prier le soleil vivant, vibrant, palpitant? Passer des statues au soleil, c'est une élévation de la conscience. Admirer le soleil, aller chaque jour à sa rencontre permet de comprendre mieux qui aimer, qui servir, à qui donner sa foi, où trouver la vie, comment penser. Plus qu'une statue, le soleil possède toutes les qualités et toutes les hautes vertus de Dieu: la pureté, la blancheur, l'amour et l'intelligence, autrement dit: l'amour, la sagesse et la vérité.

Si on ne regarde pas le soleil et qu'on ne capte pas en les retenant ses rayons bienfaisants, ils ne produisent pas grand effet. En les recevant consciemment et en les accumulant en soi, on leur donne une issue dans son esprit. Ils passent en nous comme une force formidable qui déclenchera des centres et nous fera devenir pareils à un feu. Si l'Enseignement peut convaincre les ignorants et les savants, les riches et les pauvres, les jeunes et les vieux de l'importance qu'il y a à aimer le soleil, à le contempler chaque jour en se concentrant sur lui, toutes les manifestations humaines se transformeront; l'art, la musique, la science, l'architecture, les vêtements. Les poètes écriront d'autres vers, les écrivains d'autres livres, les mères mettront au monde d'autres enfants. Les maladies disparaîtront, tout changera. Je vous le certifie. Ce sera la résurrection de l'humanité, l'ère de l'amour et de la sagesse. Les humains marcheront sur le chemin de la vérité. Le soleil

intérieur doit se lever. Ce sera le début d'une culture, d'une civilisation. Les cellules endormies depuis des siècles s'éveilleront. Armées de pioches, de bêches, elles se mettront à l'oeuvre. Nous avons en nous des quantités d'ouvriers de diverses espèces. Un grand travail s'accomplira.

Si quelqu'un ne comprend pas, c'est que le soleil est couché en lui. Si l'on se heurte constamment avec les autres, c'est qu'on vit dans l'obscurité. Faire chaque jour cet exercice de voir se lever le soleil apporte de grandes bénédictions. Le soleil nous lie à des entités supérieures, il introduit la lumière dans notre vie.

Izgrev doit être un centre de lumière. Cette lumière que vous contribuez tous à former, d'autres la recevront lors de leur visite. Vous placez ici un soleil qui sera la lampe géante d'Izgrev. Chacun de vous doit installer le soleil en lui-même, puis dans sa famille. Nous voulons le maintenir dans la Fraternité, et plus tard nous apprendrons à créer le soleil pour Paris, pour la France, pour le monde. Il faut que nous formions un immense soleil, très puissant, qui sera le grand soleil de la Providence.

* * * * *